

*** Формирование здорового образа жизни студенческой молодежи в образовательном пространстве учебного заведения среднего российского города**

Е.А. Логачева

- * Российская молодежь как социально-демографическая и социокультурная группа испытывает немалые риски, связанные как с ростом неопределенности, утратой прежних социализационных траекторий, так и с тем, что ей приходится преодолевать новые трудности, связанные с распространением алкоголизма, суицидальности, наркомании и других асоциальных трендов.
- * Студенческой молодежи, вступающей во взрослую жизнь, приходится «включаться в соревнование» по доступу к социальным ресурсам, отягощенную тем обстоятельством, что в обществе не выработалось представление о том, какой должна быть молодежь и что общество ожидает от молодежи.

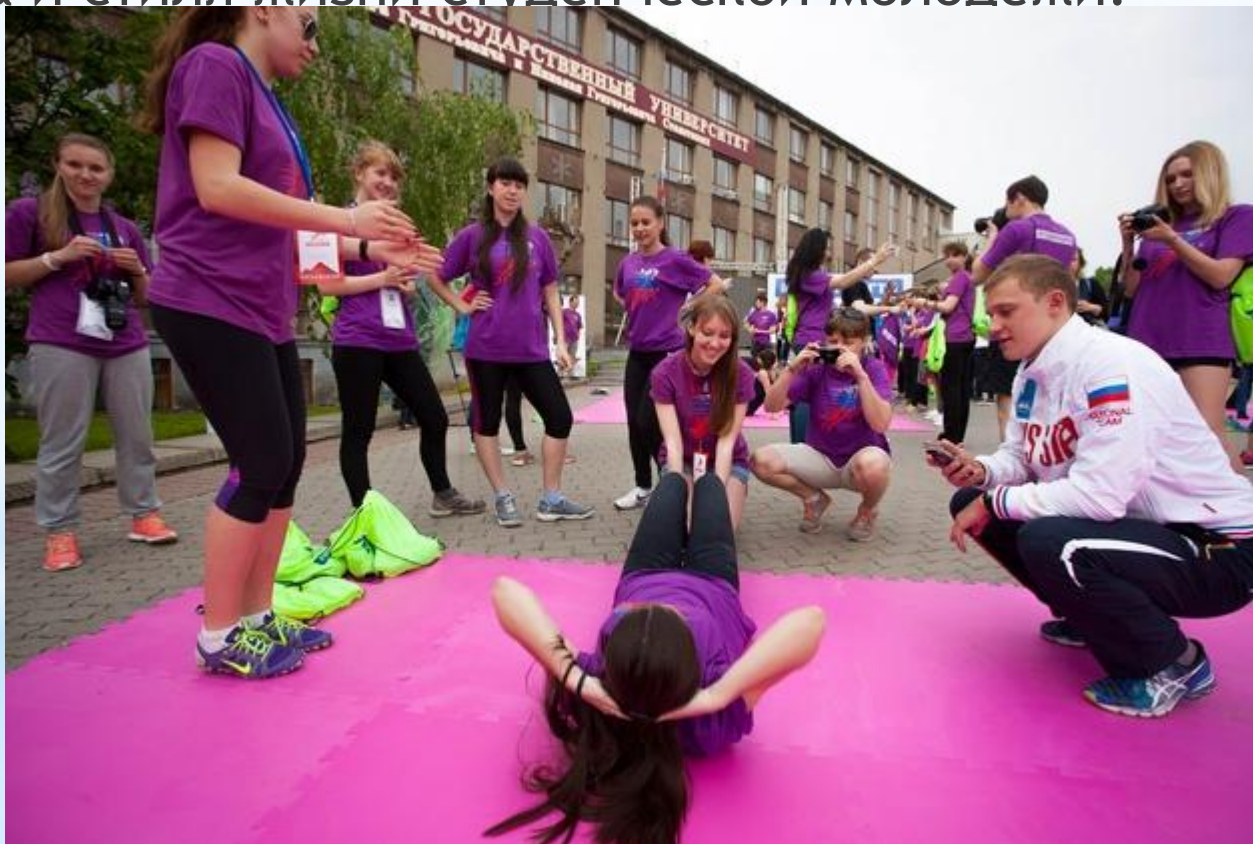


* Направления ЗОЖ в научной литературе

- * Медико-биологическое базируется на научно обоснованных санитарных нормах, и ЗОЖ рассматривается как гигиеническое поведение.
- * В психолого-педагогическом направлении уделяется значимая роль формированию сознанию, поведению, мотивационно- ценностному отношению личности, способствующим сохранению и укреплению здоровья. Большое внимание уделяется валеологизации системы образования.
- * В философско-социологическом направлении (ЗОЖ как глобальная социальная проблема) особое место отводится интегральному показателю культуры личности и обществу в целом. Работы нацелены на то, чтобы выявить социальное самочувствие в контексте ЗОЖ, отношение молодежи к ЗОЖ как ценности.

* Как мы видим, проблематика ЗОЖ носит междисциплинарный научный характер, но причина предпочтения аналитики сформировавшихся подходов в социологической мысли заключается в том, что только социологический инструментарий направлен на выявление социальности, типичных форм социального воспроизводства, организации социального бытия, под который и подводится в нашем понимании ЗОЖ. Недостаточно рассмотрен и исследован вопрос о роли системы профессионального образования в формировании ЗОЖ студенческой молодежи. В какой степени образовательное пространство образовательного учреждения способствуют формированию ЗОЖ молодого человека? Является ли образовательное пространство образовательного учреждения средой, формирующей ценностные мировоззренческие представления молодежи о ЗОЖ?

* Логачева Е. А. считает, что система профессионального образования, а именно образовательное пространство образовательного учреждения, и есть тот социальный институт, который играет главенствующую роль в корректировке и конструировании основного каркаса образа и стиля жизни студенческой молодежи.

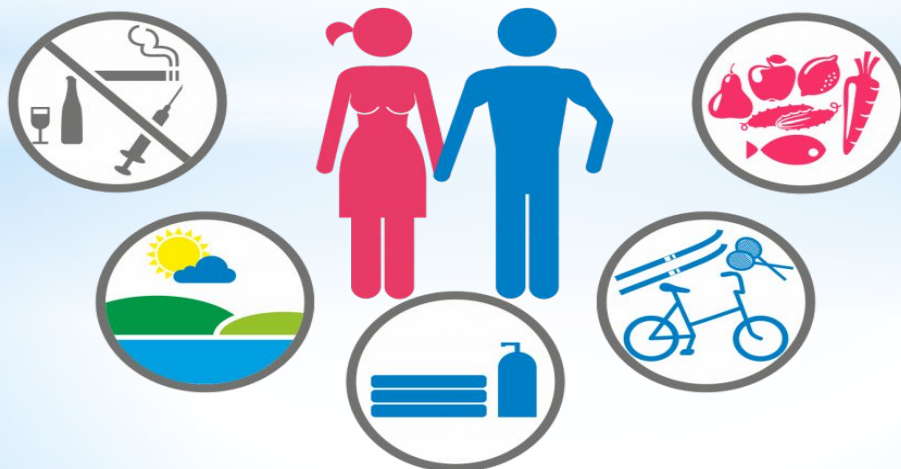


* Оценка роли образовательного пространства в формировании у студенческой молодежи системы реализации ЗОЖ во многом определяется в том, как сами студенты понимают суть этого явления и как оценивают свою позицию. По результатам авторского социологического исследования преобладающая часть респондентов (51,1 %) для качественного показателя ЗОЖ выбирает занятия физической культурой и спортом.



Динамика ответов на вопрос «Как вы думаете, чего в первую очередь надо придерживаться, чтобы Ваш образ жизни был здоровым?», %

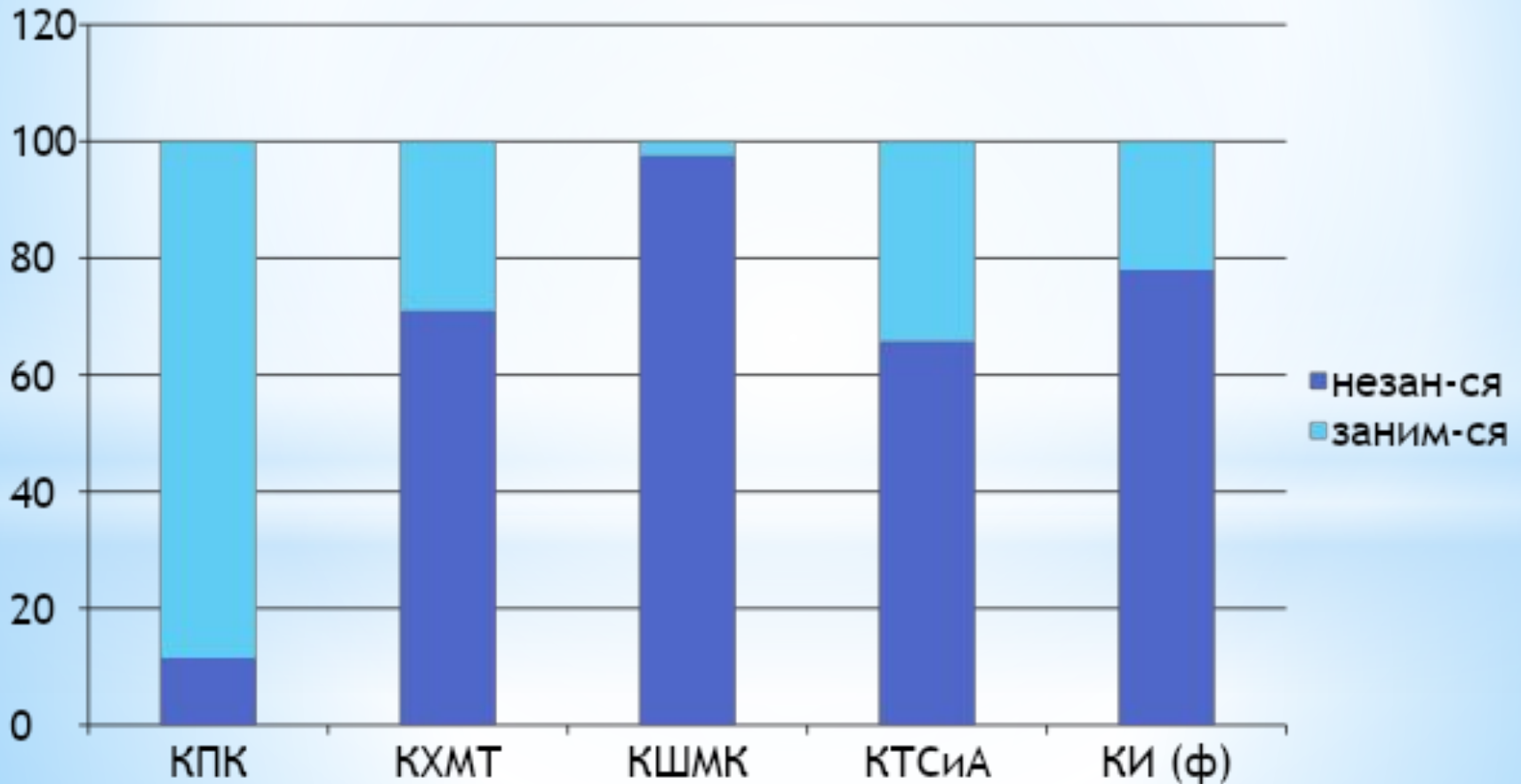
Варианты ответов	Процент опрошенных
Занятия физической культурой и спортом	51,1
Развитие психологического, духовного здоровья	3,2
Не курить, не употреблять алкоголь, наркотики	30,1
Соблюдать правильное, сбалансированное питание	4,6
Закаливание, пребывание на воздухе	5,9
Дружелюбие, беззаботность, отсутствие врагов	4,1
Регулярные консультации, советы врачей	0,9



*Предположительно наибольшая часть студенческой молодежи занимается физической активностью, но проанализировав ответы на вопрос «Занимаетесь ли Вы сейчас спортом, в какой-либо секции?», наблюдается расхождение с представлениями студентов о ведении ЗОЖ и их настоящем образе жизни. Студенты, которые давно занимались и занимаются сейчас 17,3 % и 16,5 % которые стали заниматься со времени учебы, - это всего 33,8 % занимающихся от всех опрошенных. А превышающая в 2 раза часть (66,2 %) не занимается вообще.

*В чем же причина, может быть в образовательном пространстве учебного заведения, является ли ЗОЖ нормой для данной образовательной среды, приоритетом в сознании участников образовательного пространства. Играет ли дисциплина «физическая культура» в определенном учебном заведении важную и должную роль - формирование установок на ЗОЖ студенческой молодежи?

Рассмотренное соотношение доли занимающихся студентами физической культурой и незанимающихся в разных учебных заведениях показывает, что влияние образовательного пространства на формирование установок ЗОЖ студентов очень значительное.



* В образовательном учреждении КПК преобладающая часть студентов (88,5 %) занимаются физическим воспитанием, а в остальных учебных заведениях - эта часть студентов не превышает 35 %. Следует отметить, что студенты КПК имеют профессиональную направленность в области физической культуры и спорта, в области профилактики и оздоровления организма и находятся в таком социальном пространстве, где составляющие ЗОЖ и ЗОЖ в целом являются приоритетом жизненных убеждений всей участников образовательного пространства, что впоследствии отражается на жизненных приоритетах и образе жизни самих студентов.



Правила здорового образа жизни

Динамика ответов на вопрос «Изменился ли Ваш интерес к физической культуре за время обучения в вашем образовательном учреждении?», %

Варианты ответов	КПК	КХМТ	КШМК	КТСиА	КИ (ф) ЮРГТУ
Повысился	73,1	50,0	48,4	31,6	29,3
Остался без изменений	29,9	45,2	48,4	50,0	59,8
Снизился	0	4,8	3,2	7,9	11,0

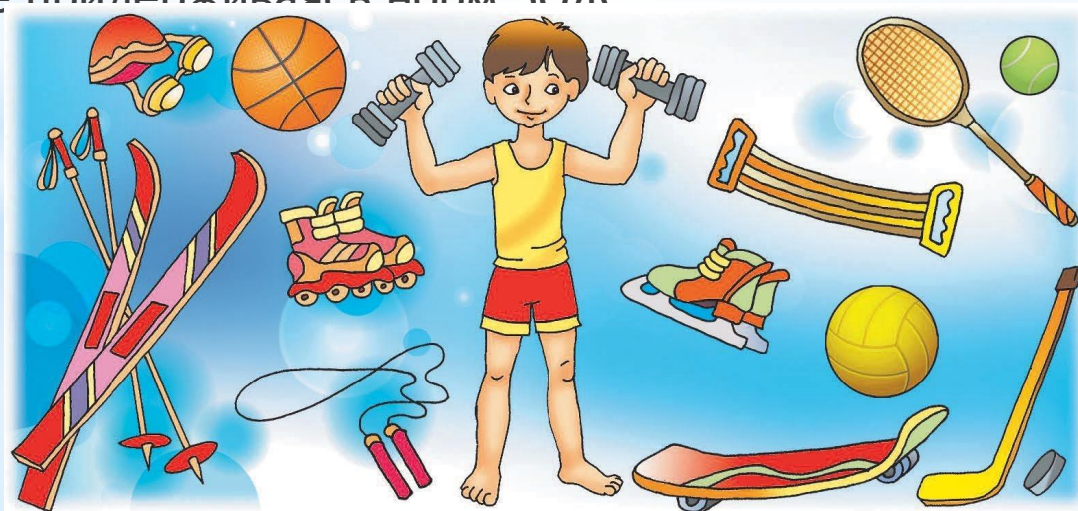
- * Ответы на вопрос «Изменился ли Ваш интерес к физической культуре за время обучения в вашем образовательном учреждении?» показали, что среди учащихся КПК ни у одного студента интерес к физической культуре не снизился и у наибольшей части студентов, в отличие от остальных учебных заведений, он повысился.
- * Предположительно у студентов КПК занятия физическим воспитанием являются нормой их образа жизни, что опять указывает на влияние должного подхода организаторов учебного процесса к занятиям физической культуры. Студенты КХМТ и КШМК разделились приблизительно одинаковыми частями между «повысился» и «остался без изменений». А наибольшая часть студентов КИ(ф)ЮРГТУ и КТСиА убеждены, что их интерес остался без изменений, возможно, в этих учебных учреждениях система внедрения и формирования ЗОЖ слабая.

*Здоровье является одним из условий эффективной профессиональной деятельности современного человека, оно составляет главную, относительно неспецифическую динамическую основу продуктивности всех аспектов труда и социального благополучия человека. В среднем, по мнению большинства студентов, важнее в реальной жизни физическое здоровье, на втором месте - психическое, на третьем - социальное здоровье и на четвертом -нравственное. И опять же прослеживается парадокс студенческого мнения о физическом здоровье и практических занятиях студентов физическим воспитанием.

	КПК	КХМТ	КШМК	КТСиА	КИ (ф) ЮРГТУ	Средний %
Социальное здоровье	7,7	21,4	9,7	28,9	18,3	17,2
Физическое здоровье	61,5	42,9	61,3	50,0	50,0	53,1
Психическое, духовное	26,9	31,0	22,6	18,4	25,6	24,9
Нравственное здоровье	3,8	4,8	6,5	2,6	6,1	4,8

«Что же важнее для здоровья?»»

* Для наибольшей части студентов (45,2 %) главное для здоровья - «вести ЗОЖ, постоянно работать над собой», вторая наибольшая часть студентов (37,0 %) убеждены, что «иметь здоровье от природы» и есть основная составляющая здоровья. Остальные (11,9 %) согласны с мнением «жить на природе, в экологически чистой среде», а 5,9 % уверены, что «возможность пользоваться достижениями медицины» и есть то самое здоровье. Мнение молодежи совпадает с научно доказанным фактом, что образ жизни - есть главный фактор воздействия на состояние здоровья, это говорит о том, что наибольшая часть студентов убеждены, что качество здоровья во многом зависит от них самих, а значит, знают, какой вред здоровью наносит себе сам человек, не придерживаясь норм ЗОЖ



«Трудно ли придерживаться принципов ЗОЖ?»

- * 47,9 % студентов уверены, что ЗОЖ - дело незатруднительное
- * 27,4 % считают ЗОЖ затруднительной задачей
- * Остальные 24,7 % затрудняются ответить на этот вопрос.
- * Большая часть студентов считают ведение ЗОЖ незатруднительной задачей, но почему же они не придерживаются элементарных правил здоровья, т.е. не уделяют время на двигательную активность, где уверенность, что они придерживаются остальных принципов ЗОЖ.

«Во время прогулок в свободное время я не прочь приобрести бутылочку пива или баночку коктейля», %

	КПК	КХМТ	КШМК	КТСиА	КИ (ф) ЮРГТУ
Да, это так	0,0	11,9	0,0	26,3	18,3
Не всегда	38,5	45,2	58,1	39,5	45,1
Нет, не приобретаю	61,5	42,9	41,9	34,2	36,6



«Во время встречи со своими друзьями употребляете ли Вы слабоалкогольные напитки?»»

- * 25,1 % студентов в свое свободное время могут обходиться без спиртных напитков, можно предположить, что у них и их друзей здоровый досуг
- * 24,7 % не могут отдыхать без спиртных напитков
- * 50,2 % студентов периодически употребляют спиртные напитки.
- * Эти цифры говорят о том, что наибольшая часть молодежи уже привыкла к распитию слабоалкогольных напитков и не замечает в этом отклонений от нормы в своем образе жизни, а в летнее время вообще употребляет их для утоления жажды.

«Каких людей больше: ведущих или не ведущих ЗОЖ?»

- * 14,6 % студентов уверены, что людей, ведущих ЗОЖ, больше
- * 40,6 % студентов убеждены, что больше людей, не ведущих ЗОЖ и сильно не вредящих себе
- * 44,8 % студентов считают, что в современном мире больше людей, ведущих нездоровую жизнь, имеющих вредные привычки.
- * Получается всего лишь шестая часть студентов (14,6 %) рассуждают, что наше общество придерживается норм ЗОЖ, а остальные уверены, что большинство людей имеют привычки не ЗОЖ. Взаимосвязь между обществом и развитием молодежи очень тесна,
- * какие ценности и приоритеты у современного общества, т. е. мы с вами сформируем у молодежи сегодня, такие ценности и приоритеты она и будет воспроизводить в следующих поколениях

*Подводя итоги формирования ЗОЖ студенческой молодежи среднего российского города, можно увидеть отличительные характеристики учебных заведений. В учебных заведениях, где студенты в образовательном пространстве получают более многогранную базу в области физической культуры, в области профилактических и оздоровительных мероприятий, где ЗОЖ является нормой и приоритетом жизненных убеждений всех участников образовательного пространства, у этих респондентов образ жизни, наиболее приближенный к нормам ЗОЖ.



* Можно сделать вывод, что в нынешней системе профессионального образования идея здорового образа жизни не является доминирующей жизненной ценностью в воспитании будущего потенциала России, а значит, не стоит на должном уровне. По словам автора, оптимальным видится наращивание престижности действующих в образовательном пространстве учебного заведения структур здорового образа жизни.

* Необходим новый подход в формировании здорового образа жизни сегодняшней студенческой молодежи, а значит, будущего России как на региональном, так и на федеральном уровнях, предусматривающий ряд комплексных мер в сфере социальных, организационных и экономических моментов. Здоровый образ жизни студенческой молодежи, будущего потенциала государства, должен официально стать отраслью экономики и социального развития страны, и значит, идеологической политикой России.

Спасибо за внимание!

